

Kdo jsme a co děláme

- ▶ Dozvěděli jste se vy nebo vaši blízcí diagnózu roztroušené sklerózy a hledáte informace, co vás čeká a jak to ovlivní váš život?
- ▶ Potřebujete se poradit, jak zařídit praktické záležitosti týkající se zdravotních pomůcek či financí, nebo načerpat zkušenosti od jiných pacientů?
- ▶ Chcete se naučit cvičit a relaxovat tak, aby se vám ulevilo?
- ▶ Právě takovou pomoc najdete v Unii ROSKA – pacientské organizaci, která je díky svým pobočným spolkům nablízku pacientům ve všech regionech.
- ▶ ROSKA organizuje cvičení a rekondiční pobyty, můžete s ní plavat a chodit na výlety, poradit se o invalidním důchodu, dostupnosti léčby, rehabilitací či lázních. A můžete se setkávat také se společností lidí, které život postavil před podobnou výzvu jako vás.

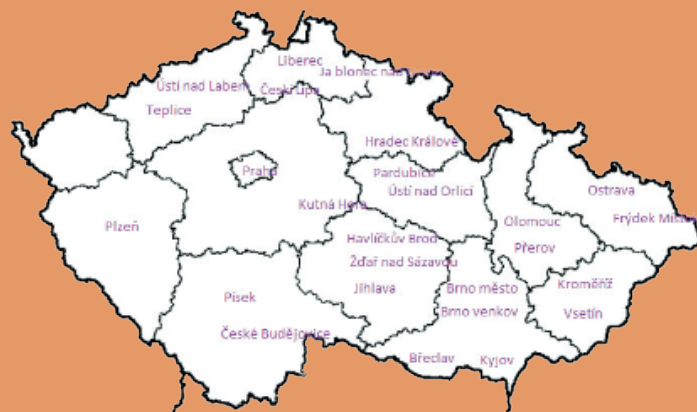
S ROSKOU nebudete na roztroušenou sklerózu sami.

Tento informační materiál vznikl v rámci projektu Přenos znalostí a zkušeností mezi pobočnými spolky a mezinárodní networking, který byl podpořen z Fondů EHP 2014-2021.

Iceland
Liechtenstein
Norway grants



Kontakt:
Unie ROSKA -
česká MS společnost, z. s.
www.roska.eu
roska@roska.eu



<https://www.facebook.com/UnieROSKA>
Křižíkova 167/50
186 00 Praha 8 Karlín
IČ: 45768889

Zápis v registru v oddíle L 3530 vedeném u Městského soudu v Praze

Činnost Unie ROSKA můžete podpořit darem na číslo účtu 250972195/0300.

www.roska.eu



Jsme tu,
abychom pomáhali
pacientům s roztroušenou sklerózou a jejich blízkým žít kvalitní a důstojný život. Jsme vám nablízku i v Kolíně, kde máme regionální organizaci **ROSKA Kolín**



Unie ROSKA – česká MS společnost, z. s.

**Pomáháme lidem
s roztroušenou sklerózou
v aktivním zapojení se
do života**



Kontakt

Eva Mikešová

775 760 724

mikesovaeva1@gmail.com

Funkeho 925, 280 02 Kolín

<https://www.facebook.com/groups/5023778547721951>

Naše aktivity

- ▶ Rekondiční pobyty
- ▶ Rekondiční a rehabilitační cvičení
- ▶ Rekondiční a rehabilitační plavání

Účastníme se akcí, které pořádá Unie Roska

- ▶ **Roskiáda** – Celostátní sportovní hry pacientů s RS
- ▶ Cvičební **maratón MaRS**
- ▶ **Trousíme se**
- ▶ **RoSálení** – společné posezení s různými aktivitami
- ▶ Sazení slunečnic v rámci akce Rozsvítíme Českou republiku

Naše motto

**NEJSEM DOKONALÁ – JSEM
ROZTROUŠENÁ – NO A CO**



Kdo jsme

ROSKA je patientské sdružení nemocných roztroušenou sklerózou (RS). V Čelákovících jsme zatím malá skupinka (nejen) eReSkářů s chutí něco se sebou dělat :-). Pravidelný pohyb je to, co nás spojuje - cvičení, turistika, cyklistika, bungee jumping – no dobře, tak ten ZATÍM ne.

Žijeme s touto nemocí aktivně, a hlavně s úsměvem. První společnou aktivitou v Čelákovících bylo letos plavání, pokračovat budeme opět po prázdninové pauze. Budeme ale i cvičit – pohyb je to, co všichni potřebujeme a těšíme se na spolupráci s místními fyzioterapeuty.

**S ROSKOU nebudete na
roztroušenou sklerózu sami.**